

ABSTRACT

He Hairun La Harimuna, 2014, Nim. 831410258, Basic Techniques Improve Long Jump Squat Style Through Modeling Method In Class VIII^A Students Islamic SMP Tirtakencana Banggai district ". SI study program of sports training. Faculty of health sciences and sport. State University of Gorontalo.

Problems in the study of this class action is whether to use the modeling method can improve the basic technique long jump squat force in Class VIII^A SMP Islam Tirtakencana Banggai. This study is a classroom action research (CAR), which was conducted in SMP Islam Tirtakencana Banggai especially VIII^A class numbering 26 students, consisting of 13 sons and 13 daughters.

Implementation of the research was conducted in the second cycle of each cycle is given action three times and one-time evaluation of the indicators of achievement of 75%. of data obtained through observation obtained an average yield of 54.51 overall student before imposed action, after being given the action in the first cycle an increase of 9.11 to the average obtained by the students in this cycle by 63.62 after the evaluation is done, but the achievement of students in this cycle has not reached indicator, therefore it should be given a follow-up on the second cycle, after the action on the second cycle was given an increase of 11.6 to the average obtained by the students in this cycle by 75,22 after the evaluation is done seeing acquisition results of students in this cycle, it can be stated that this study is complete and successful.

The description is based on the hypothesis of action in this classroom action research is if the modeling method is applied to study physical education, especially on the Basic Techniques Style Long Jump Squat, then the control students in doing the long jump that no junior class VIII^A Islam Tirtakencana Banggai will increase

Keywords: Long Jump Squat Style, Modeling Methods

ABSTRAK

La Hairun La Harimuna, 2014, Nim. 831 410 258, Meningkatkan Teknik Dasar Lompat Jauh Gaya Jongkok Melalui Metode *Modelling* Pada Siswa Kelas VIII^a SMP Islam Tirtakencana

Kabupaten Banggai”. Program studi S1 pendidikan keolahragaan. Fakultas ilmu-ilmu kesehatan dan keolahrgaan, Universitas Negeri Gorontalo.

Masalah dalam penelitian tindakan kelas ini adalah kurangnya penguasaan siswa dalam melakukan teknik dasar lompat jauh gaya jongkok pada siswa dikelas VIII^a SMP Islam Tirtakencana Kabupaten Banggai. Berdasarkan uraian permasalahan tersebut maka tujuan diadakanya penelitian ini adalah untuk meningkatkan teknik dasar lompat jauh gaya jongkok melalui metode *modelling* pada siswa kelas VIII^a SMP Islam Tirtakencana Kabupaten Banggai. Penelitian ini merupakan suatu jenis penelitian tindakan kelas (PTK) yang dilaksanakan di SMP Islam Tirtakencana Kabupaten Banggai khususnya kelas VIII^a yang berjumlah 26 oarang siswa, terdiri dari 13 orang putra dan 13 orang putri .

Pelaksanaan penelitian ini dilaksanakan dalam II siklus dari masing-masing siklus diberikan tindakan sebanyak tiga kali dan satu kali evaluasi dengan indikator pencapaian 75%. Dari data yang diperoleh melalui observasi diperoleh hasil rata-rata keseluruhan siswa sebesar 54,51 sebelum dikenai tindakan, setelah diberi tindakan pada siklus I terjadi peningkatan sebesar 9,11 sehingga rata-rata yang diperoleh siswa pada siklus ini sebesar 63,62 setelah evaluasi dilakukan, namun pencapaian siswa pada siklus ini belum mencapai indikator, oleh karena itu perlu diberi tindakan lanjutan pada siklus II, setelah diberi tindakan pada siklus II terjadi peningkatan sebesar 11,6 sehingga rata-rata yang diperoleh siswa pada siklus ini sebesar 75,22 setelah evaluasi dilakukan melihat hasil perolehan siswa pada siklus ini maka dapat dinyatakan bahwa penelitian ini selesai dan berhasil.

Berdasarkan uraian tersebut maka hipotesis tindakan dalam penelitian tindakan kelas ini adalah jika metode *modelling* diterapkan pada pembelajaran penjas khususnya tentang teknik dasar lompat jauh gaya jongkok, maka penguasaan siswa dalam melakukan lompat jauh yang ada di kelas VIII^a SMP Islam Tirtakencana Kabupaten Banggai akan meningkat.

Kata Kunci : *Lompat Jauh Gaya Jongkok, Metode Modelling*